



Club Alpino Italiano Sez. Livorno

Nando Bastianelli - Lido del Nista
Fondata nel 1888



DOMENICA 25 AGOSTO 2024 LE REGINE - VAL DI LUCE



Foto di Alessandro Piacentini

DIRETTORE DI ESCURSIONE: ALESSANDRO PIACENTINI
EMAIL: piacen56@gmail.com
TELEFONO: 3289584229

COADIUTORI: STEFANO DAL CANTO
EMAIL: stefano@dalcanto.info
TELEFONO: 335325306

RITROVO/PARTENZA: LOCALITÀ: DECATHLON (LIVORNO)
RITROVO ORE: 06:15 - PARTENZA: 06:30
PARTENZA ESCURSIONE ORE: 08:30 CIRCA LOC. LE REGINE

DIFFICOLTÀ: E

TEMPO DI PERCORRENZA: 7H (SOSTE ESCLUSE)

DISLIVELLO: 1.100 METRI CIRCA

MEZZO DI TRASPORTO: AUTO PROPRIA.

COSTI:	EURO 63 PER AUTO (COSTO AL KM + PEDAGGIO DA DIVIDERE TRA I PARTECIPANTI E RIDISTRIBUIRE AGLI AUTISTI COME DA REGOLAMENTO) + 1 EURO DI CONTRIBUTO A PARTECIPANTE PER LA SEZIONE.
EQUIPAGGIAMENTO:	SCARPONI CON SUOLA SCOLPITA E TOMAIA ALTA, BASTONCINI DA TREKKING, CAPPELLO, OCCHIALI DA SOLE, CREMA SOLARE, SCORTA D'ACQUA (ALMENO 2L), GIACCA IMPERMEABILE. ABBIGLIAMENTO ADEGUATO AD AMBIENTE MONTANO
PRANZO:	AL SACCO

NOTE

GIRO AD ANELLO DI CIRCA 19 KM. POSSIBILITÀ DI RIFORNIMENTO ACQUA ALLA PARTENZA. PUNTO DI RISTORO LUNGO IL PERCORSO.

NON CI SONO DIFFICOLTA' TECNICHE, SOLO LUNGHEZZA E DISLIVELLO.

VALUTARE BENE LA PARTECIPAZIONE IN BASE ALLA PROPRIA PREPARAZIONE FISICA TENENDO CONTO DEL DISLIVELLO E DELLA LUNGHEZZA NON INDIFFERENTI.

OPZIONALMENTE, PER RISPARMIARE TEMPO E DISLIVELLO, POTREMO DECIDERE DI SALIRE AL PASSO DI ANNIBALE CON LA SEGGIOVIA AL COSTO DI 8 EURO A PERSONA (DA VERIFICARE LA POSSIBILITÀ DI SCONTO PER GRUPPI).

ALLA PARTENZA E' NECESSARIO COMPILARE E FIRMARE IL [MODULO DI AUTODICHIARAZIONE COLLETTIVO](#) CHE VI INVITIAMO A LEGGERE PREVENTIVAMENTE.

Itinerario

L'escursione parte da loc. Le Regine per raggiungere l'Abetone tramite strade forestali. Si prosegue imboccando il "Sentiero del Tedesco" che ci condurrà in Val di Luce. Saliremo quindi al Passo di Annibale dove prenderemo il crinale toccando in ordine le vette della Femmina Morta, le Tre Potenze, il Dente della Vecchia, il Monte Gomito.

Da qui scenderemo alla Selletta e, prima per pista da sci, poi per sentiero, torneremo al punto di partenza.



Direttore di escursione si riserva la facoltà di modificare il percorso o annullare l'escursione in base alle condizioni meteorologiche o di qualsiasi altra natura, che ne possano impedire lo svolgimento in condizioni di sicurezza o escludere eventuali partecipanti con attrezzatura/abbigliamento inadeguato.

I non soci dovranno comunicare nome, cognome e data di nascita entro il venerdì precedente l'escursione e pagare € 8,40 per ogni giornata di escursione, quota che comprende la copertura assicurativa CAI. Il pagamento potrà essere effettuato in sede o in alternativa, sempre entro gli stessi termini, con bonifico bancario inviando la copia della ricevuta via e-mail a livorno@cai.it e via e-mail oppure whatsapp al direttore di escursione.

Le coordinate bancarie per effettuare il bonifico sono: sezione CAI Livorno, presso la Credit Agricole – Sede di Livorno IBAN IT44N0623013900000040741680

Indicare nella causale nome e cognome, la data e il titolo della escursione

Attenzione: Le foto e i video realizzati in occasione delle escursioni sociali potranno essere utilizzate dalla sezione di Livorno per attività promozionale o altri scopi attinenti all'attività del Club anche attraverso il web, salvo espressa dichiarazione contraria del partecipante.

Per tutto quanto non scritto sulla locandina si fa riferimento al [regolamento escursioni sociali](#) presente anche in sede in forma cartacea.

Questa escursione o cicloescursione è stata autorizzata dal Consiglio Direttivo del CAI Livorno.